

9月21日は世界アルツハイマーデーです 認知症について考えてみませんか？

認知症になると「何も分からない、何もできない」と思っていますか。

認知症になっても、自分らしく暮らしている人が多くいます。ここでは、認知症の方やその家族をサポートする市の事業や、認知症と診断されたときに慌てず、希望を見つけるための3つのヒントを紹介します。

問合せ 長寿いきがい課

☎ 89・5355

認知症カフェ「ほっとカフェ」

認知症の方やその家族、認知症の予防をしたい方など誰でも参加できる場です。開催日は、広報のしろなどでお知らせします。



日時 9月27日(火)午前10時～正午
場所 サンプノ

認知症家族介護者の会

認知症への不安や介護の悩みを誰かに相談したい、話を聞いてもらいたい。そのような思いがある方のために、不安や悩みを語り合える家族交流会を開催しています。

日時 毎月第2火曜日午後1時～3時
場所 やさしい風「健康館」

認知症サポーター養成講座

自治会やサロンなどの地域や企業、小中高校などで認知症サポーター養成講座を開催しています。

日時 9月22日(木)午後1時30分～3時
場所 本庁舎会議室8

認知症初期集中支援チーム

「あれ？認知症かも」という気づきの時に相談し、早期に受診、対応することで、重症化の予防や軽減が期待できます。チーム員が自宅へ訪問し、最長6カ月間を目安に、医療機関受診や介護サービス利用のサポート、ご家族の介護負担軽減などの支援を中心に行います。

認知症高齢者等の見守りについて

認知症などの症状により、屋外を歩き回ったり、行方不明になったりする恐れのある方へ、探知機能の付いた機器購入費の助成や、二次元バーコードが印字された見守りシールの配布を行っています。

詳細は、長寿いきがい課か、地域局市民福祉課(☎73・5500)にお問い合わせください。

9月は世界アルツハイマー月間です これに合わせ展示会を行います

認知症に関するパネルを展示。認知症サポーターやキャラバン・メイトの活動、認知症の方や家族の声、介護サービス利用中の認知症の人の作品などを紹介します。

期間 9月14日(水)～27日(火)

場所 本庁舎市民ギャラリー
イオンタウン能代



認知症と診断されたとき、希望を見つけるための3つのヒント

1 体が少しずつ衰える ことに備えましょう

年齢とともに体は衰えていきます。記憶力や判断力の低下もその一つです。自分の記憶や判断だけでなく、日ごろから記録をつけたり、家族にも確認して行動する習慣を身に付けておきましょう。

2 認知症になるかもしれないことに備えましょう

認知症に備えてできることはたくさんあります。生活習慣病の予防や人との交流、趣味を楽しみましょう。また、家族に自分の意思を伝えておくこと、介護が必要になったときの情報を知っておくことも大切です。

3 早めの相談・受診へ つなげましょう

もし、認知症かな？と思うことがあれば早めに相談・受診をしましょう。正確な診断が分かることで、適切な治療・介護を受けることができます。普段から相談できる人、かかりつけ医を見つけておきましょう。